



「あ〜気持ちいい♪」

「よ〜し、よし」泣いても、わめいても、母推さんにかかるといつの間にか静かになっちゃいます。



「赤ちゃんは母推さんに任せて、今日は歪んだ体をリセットしましょう。」渡辺美香先生の指導で毎日の子育てで疲れ切った体がほぐれていきます。最後はお互いに肩や背中をマッサージ。同じ子育て中のママだからこそ相手の疲れた部分もわかりますよね。(1月18日福祉センター)

母推(ぼすい)さんとは?

母子保健推進委員を母推さんと呼んでいます。越路地域には現在19名の母推さんがいます。妊婦さんや赤ちゃんの訪問をしたり、ママさん同士の交流会を年2回開催するなど、地域の子育て応援者として活動をしています。

井口美奈子さん(浦)に

感謝状贈呈!

平成15年4月から長年にわたって地域のスポーツ推進委員として市民の健康と体力向上に大きく貢献された功績により、新潟県スポーツ推進委員協議会から感謝状が贈られました。おめでとうございます。



感謝状が贈られました。おめでとうございます。

ヒップホップでエイヤ

越路地域在住の小学1〜3年生を対象にしたヒップホップ教室の第1回目が開かれました。講師は、あの「ヒルクライムのバックダンサー」として現在全国ツアーにも参加しているHAYATO(はやと)さんです。計6回開催され、最終日の2月



26日にはダンスの成果を発表します。総勢55人のダンスは迫力満点でした。うね。(1月22日) 児童交流会(会館)

2月の越路支所 申告相談会の日程

問合せ： 市民生活課 税務係 92-5907

事前申告相談会日程		申告相談会日程	
相談会場：越路支所 1階 101号室			
受付時間：午前8時30分～午後4時30分			
月日	地区名	月日	地区名
2月 1日(金)	塚野山・千谷沢	2月 18日(月)	塚野山(1区)・千谷沢
2月 4日(月)	東谷・西谷	2月 19日(火)	塚野山(2・3・4・5区)
2月 5日(火)	岩田・不動沢	2月 20日(水)	西谷
2月 6日(水)	沢下条・飯塚	2月 21日(木)	東谷・沢下条
2月 7日(木)	朝日・十楽寺・中島	2月 22日(金)	不動沢
2月 8日(金)	来迎寺	2月 25日(月)	岩田
2月 12日(火)	岩野・仲島・釜ヶ島	2月 26日(火)	飯塚
2月 13日(水)	浦	2月 27日(水)	朝日・十楽寺・中島
2月 14日(木)	神谷・越路中島・篠花	2月 28日(木)	来迎寺(元町上・中)
2月 15日(金)	飯島・西野・越路中沢		

お知らせ

* 3月の日程は、「支所からのお知らせ3月号」に掲載します。

青色申告・営業所得・譲渡所得・住宅ローン控除・雑損控除に関する申告は、長岡税務署でお願いします。詳しくは1月にお配りした「越路支所市民生活課からのお知らせ」(水色A4版)をご覧ください。

現在加入中の皆様へ

見舞金の請求もれはありませんか？

交通災害を受け、入院や通院の実治療日数が7日以上あった場合は、見舞金の支給対象になります。ただし、見舞金の請求期限は事故から1年です。請求漏れが無いようご注意ください。

対象となる交通災害

- ・自転車、オートバイ、自動車などの道路上で交通に伴う衝突、転落、接触などによる人身事故。
- ・電車、モノレールなど鉄道線路で交通に起因した事故(人の死傷が伴うもの)
- ・身体障害者用車いすで道路上の交通に伴う衝突、転落、接触などによる人身事故(自損事故の場合は、身体障害者手帳の交付を受けた者が運転していた場合に限る)

* 詳しくはお問合せください。

募集 1000円で交通災害に備えよう!

交通災害共済の会費を募集します

共済期間 3月中に加入手続きをした場合
平成25年4月1日〜平成26年3月31日まで
手続きに必要なもの
加入申込書 会費 一人につき500円
加入申込み方法
加入申込書を記入し、会費を添えて以下のいずれかの方法でお申込みください。
町内会を通じて。
越路支所または市役所で。
お近くの金融機関で。
(ゆうちょ銀行を除く)
問合せ 地域振興課 地域振興防災係 92-5902



保健センターからのお知らせ

問合せ・申込み

越路保健センター 92・5011

募集「健康づくり講演会」

普段から気になってはいるけど勇気が
でなかったり、面倒だったり、なか
なか一歩を踏み出せないでいる方。ど
うぞこの機会に、専門の先生のお話を
伺ってみませんか。

第1回

「血管年齢を下げるコツ ～今日か
らできる生活のポイント～」

日時 3月9日(土)
午後3時～4時

(受付2時30分)

講師 長岡西病院

内科部長 福居和人 医師

第2回

「うつ病を知ろう ～うつのサインと
対処法～」

日時 3月14日(木)
午後7時～8時30分

(受付6時30分)

講師 山下メンタルクリニック

院長 山下正廣 医師

第1回・第2回両講演会とも

会場 越路保健センター

1階交流室

参加費 無料

申込み 3月7日(木)まで

募集 パパママサークル

日時 2月15日(金) 午後7時～9時
(受付6時45分)

会場 越路保健センター 2階
母子保健指導室

対象 妊婦さんとその家族

定員 15組(先着)

内容 沐浴練習、パパの妊婦疑似体験
保健師からの情報提供

持ち物 母子手帳・筆記用具・バスタオ
ル1枚・フェイスタオル1枚・
濡れたタオルを入れる袋・父と
子のメモリアルカード

募集 「スポーツ鬼ごっこ」

第26回地域交流スポーツ大会

アオーレオープン記念種目として、長岡
地域交流スポーツ大会「スポーツ鬼ごっ
こ」を次のとおり開催します。1チームの
競技人数は8人(中学生以上の大人3人、
小学生5人)です。奮ってご参加ください。

日時 3月2日(土)

午前9時30分開会式

会場 アオーレ長岡 アリーナ

申込み 2月8日(金)まで

参加費 無料。但し、保険料として
一人100円徴収します。

問合せ スポーツ振興課

32・6117

地域振興課 教育支援係

92・5910

詳細はお問合せください。

「悪質な健康食品の電話勧誘」ご注意ください!



長岡市内でも同じ電
話があったんだよ。
気をつけよう!



<70代女性からの相談>

「注文を受けた健康食品を
送る」という電話がきたので、
「注文していない」と伝える
と「注文時の会話は録音して
いる。受け取らないと裁判す
る」などと言うので驚いた。
どうすればよいか。

～消費者へのアドバイス～

一方的に商品を送りつけてきた場合は、受け取る必要もなく、代金の支
払い義務もありません。

申し込んだ覚えも、購入するつもりもなければきっぱり断りましょう。
断ったにもかかわらず一方的に送りつけられた場合は受け取りを拒否
してください。

もし、電話勧誘で断れずに承諾しても、クーリング・オフできます。
後々のトラブル防止のために業者名や連絡先をメモしておきましょう。

悩まずに、困ったとき、おかしいと思った時は、まず相談!

長岡市立消費生活センター (受付時間 月～金: 午前9時～午後4時30分)

32-0022 (相談専用)

新潟県消費生活センター (受付時間 月～金: 午前9時～午後5時、土: 午前10時～午後4時30分)

025-285-4196 (相談専用) *日曜、祝日はお休み、来所相談は予約制、土曜日は電話相談のみ



建物を壊したら連絡を

連絡先 越路支所市民生活課 税務係

92-5907



平成24年中に建物を取り壊した方はご連絡ください。連絡がないと
平成25年度も固定資産税が課税される場合がありますので、ご注意く
ださい。

ただし、すでに滅失登記をされた方や、家屋の新增築等により、調査
にお伺いして確認させていただいた方は必要ありません。

<連絡いただきたい内容>

- ・所在地、所有者名
- ・建物の種類
(例: 住宅・車庫など)
- ・取壊し年月日



2月の
米百俵号は
お休みです。

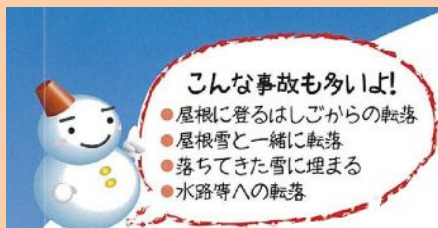
2013年
(平成25年)



保セ 越路保健センター
福セ 越路総合福祉センター
資源物拠点回収日(越路支所)
申相 申告相談会

1	金	・申相(塚野山・千谷沢)	16	土	
2	土		17	日	
3	日	節分	18	月	・申相(塚野山(1区)・千谷沢)
4	月	・申相(東谷・西谷)	19	火	・申相(塚野山(2・3・4・5区))
5	火	・申相(岩田・不動沢) ・赤ちゃん相談(受付9:00~9:30 保セ)	20	水	・申相(西谷) ・いきいきレディース講座(10:00~11:30 茶話会)
6	水	・申相(沢下条・飯塚)	21	木	・行政相談(9:00~12:00 越路支所) ・申相(東谷・沢下条)
7	木	・申相(朝日・十楽寺・中島)	22	金	・申相(不動沢)
8	金	・申相(来迎寺)	23	土	
9	土	・2013スノーフスティバル in 越路(10:00~成出運動広場)	24	日	
10	日		25	月	・申相(岩田)
11	月	建国記念の日	26	火	・申相(飯塚) ・子育てミニサークル(10:00~11:30 福セ)
12	火	・申相(岩野・仲島・釜ヶ島)	27	水	・出前ウィルながおか相談室(14:00~16:00 福セ) ・申相(朝日・十楽寺・中島)
13	水	・申相(浦) ・るんるん親子教室(10:00~11:30 もちつき)	28	木	・申相(来迎寺(元町上・中))
14	木	・申相(神谷・越路中島・篠花)			
15	金	・申相(飯島・西野・越路中沢) ・パバママサークル(19:00~21:00 保セ)			

雪下ろしは気をつけよう



毎日の除雪作業ご苦労様です。
日々の除雪疲れが出てくる時期です。
特に屋根の雪下ろしには十分注意して行うようにお願いします。

無料法律相談のお知らせ

日時 2月12日(火)
午前10時~正午
(1件30分程度)

場所 越路町商工会館
(新潟県商工会連合会 嘱託弁護士 商工業者など)

申込み 越路町商工会
92・2247

シニャレールボール教室大募集

日時 2月~3月 毎週土曜日
午後5時~7時

会場 越路体育館

対象 小学1年~6年生
男子・女子

会費 500円

申込み 地域振興課
92・5910

*直接会場でも可

川柳へのいざない
越路川柳会 11・12月例会(岩田公民館)

「強い」 陣痛に堪えて女を強くする (倫子)
「強い」 ニッポンの強い父ちゃんどこ行っただ (寛治)
「雑詠」 来世も望み膨らむips (京子)
「雑詠」 反省の鐘が近付く百八つ (天満)

越路地域の人口(平成25年1月1日現在)

世帯数	4,604世帯(+1)
人口総数	14,532人(-12)
内訳	男 7,034人(-2)
	女 7,498人(-10)

平成24年8月から外国人世帯・人口含む ()内は前月比

巡回バス 雪ぼたる号 運休日

2月	3日(日)、10日(日)、11日(月・祝)、17日(日)、24日(日)
----	-------------------------------------

支所からのお知らせ こしじ2月号
編集・発行: 越路支所地域振興課 〒949-5493 長岡市浦715番地
電話 92-5902 FAX92-3333 E-mail:ksj-chiiki@city.nagaoka.lg.jp